

# LA COURSE CETTOISE 10KM 3ÈME ÉDITION

DIMANCHE 2 JUIN 2013 - SÈTE BULLETIN D'INSCRIPTION

Nom : ..... Prénom : .....  
Date de naissance : ..... Sexe : F  M  Nationalité : .....  
Adresse : .....  
Code postal : ..... Ville : ..... Club : .....  
Email : .....  
Tél : .....  
Je participe, je suis : Non licencié  Licencié FFA  Licencié   
 Challenge professionnel santé N° Licence : .....

Pour les mineurs, une autorisation parentale est indispensable pour l'inscription  
Je soussigné.....  
Certifie avoir pris connaissance du règlement de la course 2013 sur le site [www.ussasete.fr](http://www.ussasete.fr)  
Signature.....

**TARIF DE LA COURSE : 12€** AUCUN REMBOURSEMENT NE SERA EFFECTUÉ

**PRÉ-INSCRIPTION : JUSQU'AU VENDREDI 31 MAI 2013.**

Site Temps Course [www.tempscours.com](http://www.tempscours.com)

## INSCRIPTIONS :

- magasin Temps Course, 8 rue de la République, 34 000 Montpellier avant le 31 mai
- gymnase Lido (rue du Dauphine, Sète) samedi 1<sup>er</sup> juin de 14h à 17h
- par courrier en envoyant le bulletin d'inscription et le certificat médical à l'adresse suivante :  
Roze Bénédicte, l'Enclos 2, 18 bis avenue des Carrières, 34 110 Frontignan

**RÈGLEMENT :** Chèque à l'ordre de : Lions Club Sète Saint Clair

## REPAS D'APRÈS COURSE SUR PLACE :

Moules farcies, menu sétois à 15 euros (apéritif, vin compris)...

Je participerai au repas  
..... personnes x 15 euros = .....€

N° DE DOSSARD :

- RÉSERVATIONS ET PAIEMENT AVANT LE 24 MAI 2013  
à l'inscription, à l'ordre de :  
Lions Club Sète Saint Clair. Tél. 06 10 60 95 55



ASSOCIÉES  
POUR LA PRÉVENTION  
DE LA PRISE DE POIDS



\*wonderful - Photos: ©Mardav-Fotolia - 04/2013

# LA COURSE CETTOISE & SINGULIÈRE SÈTE

LE 2 JUIN

COURSE 10 KM LABEL RÉGIONAL  
+ CHALLENGE PROFESSIONNELS DE SANTÉ  
MARCHÉ NORDIQUE 5 KM

Inscriptions :  
[www.ussasete.fr](http://www.ussasete.fr)

Retransmission en direct sur [mmostv.com](http://mmostv.com)



## L'obésité EST DEVENUE À L'HEURE ACTUELLE UN PROBLÈME MAJEUR DE SANTÉ PUBLIQUE.

Plus de **15% de la population française est atteint** de ce que l'on commence à peine à considérer comme une maladie chronique, dont les conséquences à long terme peuvent être mortelles.

En effet, outre une qualité de vie souvent détériorée, un impact psychologique et social négatif, l'obésité est le lit de pathologies graves comme le diabète de type 2, l'hypertension artérielle, les problèmes de dyslipidémie (hypercholestérolémie, hypertriglycéridémie), du syndrome d'apnées du sommeil, d'arthrose et même de certains cancers. **De ce fait, la lutte contre l'obésité est une priorité.** De nombreux efforts ont déjà été réalisés par nos tutelles pour endiguer la progression de ce véritable fléau. Les moyens d'action sont multiples. Le principal est le développement d'une prévention de la prise de poids par le respect des règles hygiéno-diététiques et par la réalisation d'une activité physique régulière.

Pour aider dans cette tâche, nous avons décidé de créer la **ligue contre l'obésité** dont les objectifs sont multiples :

- > informer les français sur les risques d'une prise de poids importante;
- > faciliter l'accès à la pratique d'une activité physique régulière;
- > proposer des conseils ou des suivi hygiéno-diététiques;
- > soutenir la recherche médicale contre l'obésité.

Pour ce faire, une association de bénévoles, composée de professionnels de santé et de patients s'est constituée pour mettre en place ce projet ambitieux.

**La première manifestation de la ligue contre l'obésité se déroulera le 2 juin 2013 à Sète, avec l'organisation d'une marche nordique (5 km)** dédiée aux personnes ayant ou ayant eu des problèmes de poids. Cette marche sera couplée à la course cotoise, manifestation sportive agréée par la Fédération Française d'Athlétisme dans laquelle un challenge dédié aux médecins et paramédicaux sera mis en jeu. Le sport de compétition et le sport santé seront donc associés pour ce premier rendez-vous de notre ligue. Les bénéfices de cette manifestation seront reversés à la ligue Languedoc Roussillon pour créer dans cette région "pilote" des postes d'éducateur sportif qui proposeront des séances collectives gratuites d'activité physique, ainsi qu'à des diététiciennes qui seront mises à disposition des patients.

**Merci de participer à cette initiative collective, en venant participer à cette course conviviale, dans le cadre magnifique de la plage de Sète.**

**Pr David Nocca, CHRU Montpellier**  
Co-Fondateur de la ligue contre l'obésité  
Directeur scientifique de la société française de chirurgie de l'obésité  
Co-Directeur du Centre Spécialisé Obésité Languedoc Roussillon



## 5KM MARCHÉ NORDIQUE

**DIMANCHE 2 JUIN 2013 - SÈTE** BULLETIN D'INSCRIPTION

Nom : ..... Prénom : .....

Date de naissance : Sexe : F  M

Adresse : .....

Code postal : ..... Ville : .....

Email : .....

Tél : .....

Taille pour tee-shirt : S  M  L  XL  XXL

Certificat médical de non contre indication à la marche à fournir à l'inscription

### TARIF DE LA MARCHÉ : OFFERT PAR LA LIGUE CONTRE L'OBÉSITÉ.

Les 100 premiers inscrits seront dotés d'un tee-shirt

### INSCRIPTIONS :

- magasin Temps Course, 8 rue de la République, 34 000 Montpellier avant le 31 mai
- gymnase Lido (rue du Dauphine, Sète) samedi 1<sup>er</sup> juin de 14h à 17h
- par courrier en envoyant le bulletin d'inscription et le certificat médical à l'adresse suivante : Roze Bénédicte, l'Enclos 2, 18 bis avenue des Carrières, 34 110 Frontignan

### REPAS D'APRÈS COURSE SUR PLACE :

Moules farcies, menu sétois à 15 euros (apéritif, vin compris)...

Je participerai au repas  
..... personnes x 15 euros = .....€

- RÉSERVATIONS ET PAIEMENT AVANT LE 24 MAI 2013 à l'inscription, à l'ordre de : Lions Club Sète Saint Clair. Tél. 06 10 60 95 55

### PRÊT DE BÂTON AVEC CAUTION : 20€